

Levél az autizmussal érintett gyerekek szüleihez

"Aligha van olyan szülő, aki autista gyereket szeretne magának. Ám a modern világban egyre többünknek jut ez a feladat. Úgy néz ki, hogy az autizmus világszerte járványszerű méreteket kezd ölteni. Talán némi vigaszt jelenthet a szülőknek, amit most mondok: nincsenek egyedül!"

"Korábban az autizmus egy ritka rendellenességnek számított, amivel a legtöbb orvos a praxisában sohasem találkozott, sőt, az emberek többsége egyáltalán nem is hallott róla. Tizenöt évvel ezelőtt a nyugati országokban átlagosan 10.000 gyerekből egy volt autista.

A brit Egészségügyi Minisztérium adatai szerint Nagy-Britanniában napjainkban 166 gyerekből egy autista. Az amerikai Járványügyi Hivatal szerint jelen pillanatban 150 amerikai gyermek közül egynek van autizmus spektrum zavar diagnózisa, de ez az arány nap, mint nap egyre nő. Hasonló adatokról számol be a kanadai autizmus alapítvány (Autism Foundation). Az európai gyermek és fiatalok pszichiátria (European Journal of Child and Adolescent Psychiatry) című folyóiratban (2001. 9. szám) megjelent finn tanulmány szerint az autizmus előfordulási aránya Finnországban 1:483. Svédországban pedig ez az arány 1:141.

Hogyan növekedhet ilyen drámai gyorsasággal azoknak a gyerekeknek a száma, akik ennek – a hagyományos gyógyszerekkel nem gyógyítható –, szörnyű rendellenességnek az áldozataivá válnak?

Genetikai oka lenne ennek a jelenségnek? Az az igazság, hogy nem tudjuk. Azt tudjuk, hogy a genetikai rendellenességek körében nincs ilyen hirtelen növekedés. A genetika nem így működik. Az autisták számának hirtelen megnövekedését nem lehet a genetikával megmagyarázni. Sőt, azt a kijelentést erősíti meg ez a felvetés, hogy talán a genetika egyáltalán nem is játszik fontos szerepet az autizmus kialakulásában.

Azért tűnik járványszerűnek e rendellenesség terjedése, mert könnyebb lett felismerni a kórt? Ezzel próbálja ugyanis néhány igen elismert brit egészségügyi szakember a jelenséget megmagyarázni. Tehát valójában azt mondják, hogy az Egyesült Királyságban az orvosok 10 évvel ezelőtt olyan rosszul ismerték fel az autizmust, hogy 166 gyerek között nem vettek észre egy autistát. Ha ez a helyzet, hol vannak most ezek a gyerekek? Hol vannak az autizmussal élő tinédzserek? Hiszen köztudott, az autizmust nem lehet idővel kinőni. Teljesen világos, nem autista minden 166. tinédzser az Egyesült Királyságban. Tehát ez az érvelés nem meggyőző. Valami egészen másról van szó. Valamiről, amit nem lehet félremagyarázni és tablettákkal helyrehozni.

Az autista gyerekek szülei közül sokan pontosan emlékeznek arra a megrázó pillanatra, amikor az orvos autistának nyilvánította a gyermeküket, majd kijelentette: „Nincs mit tenni.”. Én is orvos vagyok, és azt kell, hogy mondjam, az orvosok tévedtek, **nagyon is sok mindent lehet tenni! Sőt, tovább megyek, és azt mondom, a kitartásuktól és bizonyos körülményektől függően elég nagy esély van arra, hogy a gyermekük idővel a lehető legközelebb kerüljön egy normálisan fejlődő gyerek állapotához.**

Világszerte több száz autista gyerek él, akiket megfelelően kezeltek és fejlesztettek, s ma szinte

alig lehet megkülönböztetni őket átlagosan fejlődő társaiktól.

Minél korábban elkezdődik a kezelés, annál jobb az eredmény, mert minél fiatalabb a gyermek, annál kevesebb kárt kell később helyrehozni, és annál kevesebb lemaradást kell a fejlődésükben behozniuk átlagos társaikkal szemben.

Szerencsére az egészségügyi szakemberek ma napra, bár sokszor segíteni ugyan nem tudnak, sokkal korábban felismerik az autizmust. A 10-15 évvel ezelőtti gyakorlattal szemben, ma már a legtöbb gyereknél 3 éves kor előtt megállapítják az autizmust. Ha időben megkapják a szülők a diagnózist, gyorsabban tudnak cselekedni, és így a gyerekeknek több az esélye, hogy felépüljön.

A modern világban általános tendencia, hogy az orvosokat tesszük felelőssé az egészségünkért. Ha megbetegszünk, elmegyünk az orvoshoz. Az autizmus esetében azonban a diagnózis felállításán kívül a hivatalos orvostudomány semmilyen segítséget nem tud adni. Sokkolja a szülőket, hogy egyedül maradnak az „autizmusnak” nevezett szörnyűvel való küzdelemben.

A legtöbb szülő, akikkel én találkoztam, intelligens, gyakran jól képzett ember volt. Azonnal megpróbálták minél több dolgot kideríteni a jelenségről. Az autizmusról ma már szinte minden információhoz hozzá lehet jutni, beleértve az alapos tudományos tanulmányokat is. Ha megnézzük az orvostudomány alakulását az utóbbi tíz évben, azt látjuk, hogy az autizmus kutatásának területén több eredmény született, mint sok más, többet kutatott területen.

Biztos vagyok abban, ez annak köszönhető, hogy az autizmus kutatását a világ legmotiváltabb emberei viszik előre, az autista gyerekek szülei. Orvosok, biokémikusok, biológusok, vagy egyszerűen csak intelligens emberek, akik segíteni szeretnének gyermekükön. Szülői közösségek hálózák be a világot, akik mindent elkövetnek, hogy informálják és segítsék egymást. Ismerek olyan szülőket, akik órákat képesek azzal eltölteni, hogy telefonon megnyugtassák, segítsék a hasonló helyzetben lévő sorstársaikat. Nem könnyű feladat az autizmust kezelni. Hosszú éveken keresztül sok erő és elkötelezettség kell hozzá. Szülőként elmondhatom, hogy nincs ennél felemelőbb érzés a világon! Ebben a könyvben szeretném mindenkivel megosztani, hogyan kell szerintem egy autista gyereket megfelelően kezelni.

A táplálkozásra vonatkozó ismeretek nem részei a modern orvosi iskolák tananyagának, ebből következik, hogy az orvosok keveset tudnak arról, hogy mekkora szerepet játszik a táplálkozás az egyes betegségek gyógyításában. Pedig a krónikus betegségek sikeres kezelésénél alapvetően fontos a megfelelő táplálkozás. Ez alól az autizmus és a többi tanulási zavar sem kivétel. Számos gyakori félreértést kell azonban ezen a területen eloszlattunk.

Az autizmus diagnózisa egyenlő volt a reménytelenséggel. A jelenlegi ismereteinknek köszönhetően már nagyon távol állunk ettől, minden nap valami újra jövünk rá. A mai autista gyerekek sokkal szerencsésebbek (ha egyáltalán használhatjuk ezt a szót), mint tíz évvel ezelőtti társaik, mert a szüleiüknek sokkal több információ áll a rendelkezésükre ahhoz, hogy azonnal megpróbáljanak segíteni rajtuk. Tíz évvel ezelőtt a felét sem tudtuk annak, amit ma tudunk.

Nincs ideje kétségbeesni annak a szülőnek, akinek gyermekéről kiderül, hogy autista, hiszen rengeteg feladat áll előtte. Azt hiszem, ez az egy előnye van a dolognak. Az a tanulási hullámvast, amelyen a gyerekekkel végig fogunk menni, egyszer s mindenkorra megváltoztatja az életünket.

Talán új horizontot és lehetőségeket nyit meg, mint ahogyan ez már mások életében is megtörtént.

Jó tanulást!"

Ez a cikk Dr. Natasha Campbell-McBride: A GAP-Szindróma c. könyvéből származik, amely nálunk ismételhető a bookyard.ro-n.



Anyja írta volna meg az érettségit a lánya helyett

Tizenkilenc éves lánya helyett akarta megírni az angol érettségit egy 52 éves nő Párizsban, de lebukott – közölték rendőrségi források.

Egy fővárosi gimnázium igazgatója még szerda délután riasztotta a rendőrséget azzal, hogy „csalás van folyamatban” az angol írásbeli érettségire. Egy nő ugyanis, Caroline D., lánya helyett ült be az érettségire, de egy felügyelő tanár, aki a néhány nappal korábbi filozófia érettségiről emlékezett az igazi gimnazistára,



észrevette a személycserét.

A középiskola igazgatója a France2 közszolgálati televízió híradójában elmondta: miután a felügyelő tanár szólt neki a csalásról, ő kérte meg a nőt, hogy hagyja el a termet, miután visszaadta neki lánya személyi igazolványát. A nő a kérésének azonnal eleget tett. A helyszínre érkező rendőrök az anyát bekísérték egy rendőrszere, ahol kihallgatták.

Franciaországban az érettségizők egy központilag kijelölt helyen, ismeretlen diákok között és ismeretlen tanárok felügyelete mellett, személyi igazolványuk bemutatása után írják meg az érettségit.

A puskázást a tanintézményből való kizárással büntethetik, az érettségire való személycserére viszont büntetőeljárás von maga után és hároméves szabadságvesztéssel sújtható, az érettségiző és az őt helyettesítő személy esetében is.

Az érettségiző diáklányt, Laeticiát az eredmények közzététele után két hónappal, a nyár folyamán fogják fegyelmi bizottság elé rendelni, s akár öt évre is eltilthatják az érettségi vizsgáktól, valamint attól, hogy felsőoktatási intézménybe jelentkezzen.

Tavaly hasonló eset történt Rouenban. Akkor mindkét személyt elítélte a bíróság, az érettségiző diák három év felfüggesztett börtönbüntetést kapott, a vizsgán helyette megjelent személyt pedig közmunkára ítélték.

Forrás: MTI

Ezekkel az ételekkel erősíthetjük az immunrendszerünket

Csipkebogyó: nagyon magas a C-vitamin tartalma, rendkívül hatásos a legyengült szervezet kezelésében.

Torma: kitűnő baktériumölő hatása van, csillapítja a köhögést és oldja a lerakódott nyákot.

Zabkorpá: magas rost-, fehérje-, és cinktartalma erősíti az immunrendszert.

Homoktövisbogyó, olaj, lé: nagy mennyiségű C-vitamint tartalmaz, sokoldalúan támogatja szervezetünk öngyógyítását.

Házi készítésű **kefir:** erősíti a bélflórát, segíti az emésztést.

Kivi: magas a C-vitamin tartalma, már egyetlen gyümölcs fedezi a napi C-vitamin szükségletet.

Málna, meggy, cseresznye: természetes aszpirinként működnek, beindítják a szervezet automatikus védekező mechanizmusait.

Halhús: nemcsak fehérjékben és vitaminokban (D, B2, B12) gazdag, jelentős ásványianyag- és nyomelemforrás (jód, szelén, fluor) is egyben. A benne rejlő omega-3 zsírsavnak köszönhetően a gyakori halfogyasztás jótékony hatással van az egész szervezetre. Csökkenti az időskori szem-megbetegedéseket, a mellrák-, az infarktus-, az érlemezsedés- és az agyvérzés kockázatát és hatékony segítséget nyújt a depresszió ellen is.

Felmérések bizonyítják, hogy a grönlandi eszkimók vagy a japán halászok között jóval kisebb arányú a szív- és érrendszeri betegségek előfordulása, mint azokban az országokban – köztük hazánkban is –, ahol az emberek nem esznek napi rendszerességgel halat.

Forrás: speed-fit.hu